

家事動作コース

紹介：Aさん 女性 50歳代 脳梗塞 左片麻痺



料理・洗濯などの家事全般は一通り行えています。けれど、ちょっとしたこれができればもっと楽になるのに・・・。
今回の悩みはこの2つ!!

- ① 「油ものがついた食器を洗うと、滑りやすくてつかめない」
- ② 「片手での食器拭きができない」

● 油ものがついた食器を洗うと、滑りやすくてつかめない



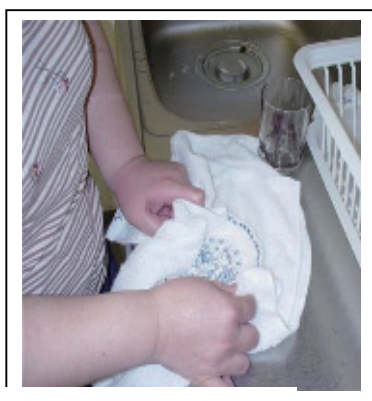
提案：・滑りやすい食器は右手でもち、苦手な左手でスポンジを使えるように練習する。
・物によって手を使い分ける。

結果
滑って落とすことが減ってきた!

● 片手で食器拭きができない

提案：
・ふきんを敷いた上に食器を置いて片手でもふきやすく!
・左手の握力・巧緻性の練習
(右手の負担を減らし、左手をもう少し使いやすくする)

結果
方手でも前より楽に食器拭きができるようになってきた。
使わなかった左手も、大きな鍋程度はおさえられることがわかった。
今は、洗濯物干しの時など、日常のなかで少しでも左手を使うことを意識して生活するようになりました。



掃除コース（雑巾絞り）

① 縦しぼり



雑巾を縦にし、バットを握るように両手で持ち、内側に力を入れます。

② 蛇口に引っかける



・タオルの端を縫い合わせ輪にします。



・片方を水道のノブに掛けます。



・もう片方に長い棒（菜はし等）を通し、くるくると回せば、簡単に絞れます。

③ ぞうきん絞り器



こんな商品も、インターネット等で販売されています。